

## ANGEBOTE & AKTIVITÄTEN 2026

*Team Soziale Betreuung*

### **PARAFFINANWENDUNG „Hände-Wellness“**

- heilsame Wärme für die Hände durch Paraffinbäder + Übungen im Bereich der Feinmotorik und der Handkraft zum Erhalt bzw. der Förderung von Alltagskompetenzen im feinmotorischen Bereich

### **„Seniorentanz Plus“ & ROLLATORTÄNZE**

- Sitztänze oder Rollatortänze im Festsaal: nicht nur der Körper wird durch schwungvolle Bewegungen beansprucht, auch gezielte Gedächtnisübungen, Erinnern, Erzählen, Singen und Lachen gehören zum Programm

### **ROLLATORTRAINING „Fit mit dem Rollator“**

- in Bewegung bleiben mit Hilfe eines Rollators; dahingehend gezieltes Training von Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Gleichgewicht

### **SENSORISCHE AKTIVIERUNG - in der Gruppe oder im Einzelsetting**

- Anregung von motorischem, kognitivem, verbalem, ganzheitlichem „Wirksam- bzw. Tätigwerden“
- dabei u.a. Angebot von Biografie- und Erinnerungsarbeit, Gedächtnistraining, Gestaltgeragogik, Montessori für Senioren, bedürfnisorientierte validierende Aktivierung, Trauerarbeit;

### **AKTIVIERUNG MIT MUSIK & RHYTHMIK / „Seniorengymnastik“**

- Bewegung mit Musik | Stationsturnen; Motogeragogik: durch den Einsatz verschiedenster Materialien die individuelle Bewegung und Persönlichkeit fördern

### **Heimtrainer**

- Möglichkeit des regelmäßigen Bewegungstrainings am Heimtrainer im Mehrzwecksaal oder auf den Stationen

### **FUSSBAD & WASSERTRETEN...die wohltuende Kraft des Wassers nützen**

- Wassertreten im Wasserbecken mit Handlauf (Wechselbad – warm/kalt)

### **BEGLEITETE SPAZIERGÄNGE ...Runde an der frischen Luft**

- Spaziergänge bzw. -fahrten im Freien mit kleinen Impulsen zur Aktivierung aller Sinne

### **BEGLEITETE KURZAUSFLÜGE - Mobilisationstraining zur Ausdehnung des Bewegungsradius**

- Spaziergänge (mit div. Gehhilfen) bzw.-Rollstuhlfahrten (bis zu 2 Rollstuhlfahrer:innen) zu „Wohlfühlplätzen“ der Heimbewohner:innen in unmittelbarer Nähe des WPH (Kirchen, Parks, Kaffeehäuser, Gastgärten oder Ähnliches in der näheren Umgebung)

### ERGOTHERAPEUTISCHE EINZELINTERVENTIONEN *„handlungsfähig bleiben“*

- sensomotorisch-perzeptive, psychisch-funktionelle, motorisch-funktionelle Angebote, neuropsychologisch orientiertes Training, ATL-/ Selbsthilfetraining
- dabei Fokus auf Erhaltung und Förderung von Partizipation und Teilhabe, Ausüben bedeutungsvoller Betätigungen aus Alltag und Freizeit, Kompensation von Einschränkungen
- ggf. auch Hilfsmittelberatung und -training sowie Gespräche mit Angehörigen

### PSYCHOSOZIALE BETREUUNG

- Individuelle gesundheitspsychologische sowie klinisch-psychologische Betreuung

### KOCHGRUPPE - *alltagspraktische Fertigkeiten & Betätigungen im Haushalt*

- Zubereitung einfacher Getränke und Speisen passend zur Jahreszeit bzw. jahreszeitlichen Bräuchen im Rahmen einer Gruppe
- durch gewohnte Aktivitäten des täglichen Lebens (ATL) Produktivität & bedeutungsvolle Freizeitgestaltung ausleben

### „Mal- und Gestaltungsgruppe“ - *„Ideenwerkstatt“*

- kreatives Schaffen und Gestalten mit versch. Farben und Materialien wie Papier, FIMO, Wolle, Naturmaterialien.....
- hierbei soll dem Bedürfnis sich kreativ-gestalterisch auszudrücken, kreativ-gestalterische Ressourcen auszuleben nachgekommen und eine sinnvolle Beschäftigung angeboten werden

### „BINGO“ oder „KEGELN“

- jeden letzten Freitag im Monat um 10.00 Uhr im Mehrzwecksaal

### HANDARBEITSGRUPPE *„Mit Nadel & Faden“*

- jeden 1. Mittwoch im Monat

### „SINNESWAND“ - *Berühren erwünscht!*

- macht das tägliche Leben im Wohn- und Pflegeheim für alle sicht- und (be)greifbar; Orientierung im Jahreskreis nach den Farben von Maria Montessori

### JAHRESBEZOGENE FESTE & FEIERN

Sabine Kiyose-Angerer Psychologin  
 Lisa Schett / Ergotherapeutin, BSc. (derzeit in Karenz)  
 Kathrin Abl / Dipl. Aktivierungstrainerin,  
 Seniorentanzleiterin & Sportleiterin  
 Gabi Rienzner / Dipl. Aktivierungstrainerin / PA  
 Lilli Huber / Dipl. Aktivierungstrainerin / PA  
 Stefanie Schwarzl / Dipl. Aktivierungstrainerin / PA